

[Privatpersoner](#)Undermeny för Privatpersoner

- [Skydd enligt massflyktsdirektivet](#)Undermeny för Skydd enligt massflyktsdirektivet
- [EU/EES-medborgare](#)Undermeny för EU/EES-medborgare
- [Varaktigt bosatt](#)Undermeny för Varaktigt bosatt
- [Brittiska medborgare](#)Undermeny för Brittiska medborgare
- [Flytta till någon i Sverige](#)Undermeny för Flytta till någon i Sverige
- [Bli svensk medborgare](#)Undermeny för Bli svensk medborgare
- [Arbeta i Sverige](#)Undermeny för Arbeta i Sverige
- [Besöka Sverige](#)Undermeny för Besöka Sverige

[Skydd och asyl i Sverige](#)Undermeny för Skydd och asyl i Sverige

- [Att ansöka om asyl](#)Undermeny för Att ansöka om asyl
- [Medan du väntar](#)Undermeny för Medan du väntar
- [Efter beslut](#)Undermeny för Efter beslut
- [Förlänga tillstånd](#)Undermeny för Förlänga tillstånd
- [Gymnasielagen](#)Undermeny för Gymnasielagen
- [För dig som är barn och har sökt asyl](#)Undermeny för För dig som är barn och har sökt asyl
- [För dig som är hbtq-person och söker asyl](#)
- [Hjälp för dig som lever med våld](#)
- [Studera i Sverige](#)Undermeny för Studera i Sverige
- [Främlingspass och resedokument](#)Undermeny för Främlingspass och resedokument
- [Lämna Sverige](#)Undermeny för Lämna Sverige

- [Andra aktörer](#)Undermeny för Andra aktörer
- [Om Migrationsverket](#)Undermeny för Om Migrationsverket
- [Kontakta oss](#)Undermeny för Kontakta oss

1. [KUHAMIA NCHI NYINGINE](#)

2. Utohozi wa kijamii na kitamaduni

- [Haki zako kama mkimbizi nchini Uswidi](#)
- [Haki na majukumu](#)
- [Utohozi wa kijamii na kitamaduni](#)
- [Jiografia na tabianchi ya Uswidi](#)
- [Safari yako ya kuelekea nchini Uswidi](#)
- [Maelezo ya msingi kuhusu jamii ya Uswidi](#)
- [Nyumba](#)
- [Maisha ya kila siku](#)
- [Kazi](#)
- [Huduma ya jamii](#)
- [Taarifa kwa watoto na vijana](#)Undermeny för Taarifa kwa watoto na vijana

Utohozi wa kijamii na kitamaduni

Social och kulturell anpassning – swahili

Kwenye ukurasa huu unaweza kusoma na kujiandaa kwa kile kitakachomaanisha kwako kuja kwa nchi mpya na utamaduni mpya.

[Other languages](#)

- [🇸🇩 \(arabiska\)](#)
- [English \(engelska\)](#)
- [Français \(franska\)](#)
- [Swedish \(svenska\)](#)

[Print](#)

[Haki na majukumu](#)

[Jiografia na tabianchi ya Uswidi](#)

Muhtasari

- Kunaweza kuwa na tofauti za kijamii na kitamaduni kati ya Uswidi na nchi yako ya asili. Huenda ikachukua muda na kukufanya uhisi kuchoka kuzoea utamaduni wa Uswidi.
- Jiandae kupatana na tofauti za kitamaduni.

- Kuzoea utamaduni mwingine mara nyingi huathiri utambulisho wa mtu. Hili ni jambo la kawaida.
- Mchakato haujaisha mara baada ya kufika Uswidi. Kujumuika na jamii ni hatua inayofuata.
- Ni muhimu kuzingatia miitikio ya watoto kwa makazi mapya na kutoa usaidizi.
- Kuwa tayari kwa mabadiliko katika majukumu na wajibu ndani ya familia.

Tofauti za kitamaduni na utamaduni wa Uswidi

Mara nyingi kuna tofauti kubwa kati ya tamaduni tofauti. Inaweza kuwa vyema kwako kujitayarisha kwa kanuni na maadili mapya nchini Uswidi ambayo hujayazoea.

Kinachofafanua utamaduni wa Uswidi na kile ambacho kwa kawaida ni cha Uswidi ni vigumu kusema. Katika sehemu zote za dunia, katika kila nchi, ndani ya kila kabila, kuna maadili ya kitamaduni ambayo huleta hali ya kuhusishwa kwa wengi lakini si kwa kila mtu. Mawazo kuhusu kile kinachochukuliwa kuwa cha Uswidi kwa kawaida kwa mtu fulani, hayahitaji kushirikiwa na Waswidi wengine.

Kiswidi ya kawaida?

Watu wengi huhusisha Uswidi na mchezaji wa soka Zlatan au labda duka la fanicha la Ikea. Mambo fulani yanaweza kusemwa kuwa tofauti kwa Uswidi na Waswidi. Kwa mfano watu wengi wana imani kubwa katika serikali na mamlaka yake. Watu wana imani kwa kiasi kikubwa katika maamuzi ya serikali, mahakama na watumishi wa umma na ufisadi uko chini. Waswidi wengi wana hisia kali kwa mazingira ya asili na wengi wanaotembelea Uswidi wanafikiri kwamba hapa ni pasafi na nadhifu. Watu kutoka nchi nyingine mara nyingi huona Waswidi kuwa watu wasioonyesha hisia kwa urahisi na ni vigumu kuwasiliana nao.

Kuwa sehemu ya jamii ya Uswidi

Kuhamia nchi nyingine ni tukio kubwa linaloweza kuleta mawazo na hisia nyingi na pia kuwa mfadhaiko. Haya yote ni mambo ya kawaida. Inachukua muda na inahitaji nguvu, motisha na azimio la kuwa sehemu ya jamii mpya.

Mara nyingi kila kitu kinahisi kuwa nzuri mwanzoni katika nchi mpya uliyohamia, kukiwa na fursa mpya. Lakini baada ya muda unaweza kuhisi ugumu zaidi katika lugha, utamaduni na kutamani nyumbani. Mara nyingi hubadilika polepole unapokutana na marafiki, kuingia katika jumuiya zaidi na zaidi na polepole kujifunza lugha.

Ni muhimu kukumbuka kwamba kila mtu anazoea jamii ya Uswidi kwa njia tofauti na mazoea yanaweza kuchukua muda tofauti. Ni kawaida kuhisi mfadhaiko. Basi ni muhimu kwamba ujaribu kujitunza, kwa sababu mafadhaiko kwa muda mrefu si nzuri kwa afya yako.

[Soma zaidi kuhusu jinsi ya kutunza afya yako ya kiakili na msaada unaoweza kupata ikiwa hujisikii vizuri](#)

Utambulisho

Utambulisho wako ni mawazo kuhusu wewe mwenyewe na kuwa wewe ni nani. Utambulisho huundwa na wewe mwenyewe na kwa kile kinachotokea karibu nawe. Baadhi ya sehemu za utambulisho wako zinaweza kubadilika wakati wa mchakato wa kupata makazi mapya. Wakati mwingine mabadiliko yanaweza kuwa magumu kushughulikia na ni vizuri kuwa tayari. Ni jambo la kawaida kabisa na linaweza kutokea unapokutana na miundo mipya ya kijamii, mila, maadili, ujuzi, kazi na mambo yanayopendwa.

Nchini Uswidi, majukumu na wajibu katika familia au uhusiano yanaweza kubadilika. Kwa mfano, wanaume na wanawake wanatarajiwa kufanya kazi na kusaidia katika kazi za nyumbani na watoto.

Kwa kuwa wanawake pia wanatarajiwa kufanya kazi au kusoma, wazazi wote wawili wanaweza kusaidiana katika kulea watoto, kupika, kufanya usafi, kwenda madukani na kutekeleza shughuli nyingine. Ni kawaida kwa wenzi wote kuchangia kwenye fedha za nyumba, kushiriki gharama na kuwa na kadi zao wenyewe za benki.

Watu wote, bila kujali jinsia na umri wana haki sawa nchini Uswidi na wanaheshimiwa kwa usawa. Wanawake wana jukumu kubwa nchini Uswidi, katika jamii na mahali pa kazi. Wanawake wanaweza kuwa na kazi na familia. Wanaweza pia kushikilia nyadhifa za juu na kuwa viongozi wa kisiasa. Nchini Uswidi, ni jambo la kawaida kuwa mzazi mmoja. Hata ikiwa wazazi wametengana na hawaishi pamoja tena, mara nyingi ni marafiki na kushirikiana kulea watoto.

Athari za makazi mapya kwa watoto

Watoto mara nyingi hupata ikiwa rahisi kuzoea mazingira mapya na hii pia inatumika kwa kuingiliana katika jamii ya Uswidi. Mara nyingi hujifunza lugha haraka na kupata marafiki shuleni au katika shule ya chekechea. Lakini watoto pia wanaweza kuhisi mafadhaiko.

Ni muhimu kwamba wazazi walezi wawe makini kwa miitikio ya watoto wao na hisia na kuzungumza nao kuhusu uzoefu wao.

Ingawa watoto wanaweza kujifunza lugha haraka, hawapaswi kufasiria wazazi wao wanapowasiliana na mamlaka, huduma ya afya au shule. Lazima kuwe na mkalimani mtaalamu katika hali hizi na unaweza kuomba kuwa na mkalimani unapomhitaji.

Kuishi na tamaduni nyingi

Watu wazima wana utambulisho thabiti zaidi, wakati watoto bado wanaunda utambulisho wao. Hii wakati mwingine inaweza kuwa chanzo cha migogoro katika familia mbalimbali.

Ni muhimu kwa wazazi walezi kuheshimu uzoefu wa watoto. Pia ni sawa na jambo la kawaida kwa watoto kukubali utamaduni na maadili ya Uswidi. Bado inawezekana kusherehekea tamaduni za mtu fulani akiwa mdogo.

Watoto wanapozoea kwa urahisi zaidi utamaduni wa Uswidi, migogoro inaweza kutokea kati yao na wazazi walezi. Sikuzote ni muhimu kuzungumza na mtoto wako na kujaribu kutatua matatizo yanayotokea kati yenu. Kuna usaidizi wa kupata kupitia manispaa yako au kupitia huduma ya ustawi wa jamii ikiwa unahisi kwamba unahitaji msaada kuhusu jinsi ya kuzungumza na mtoto wako.

Maswali ya kuzingatia

- Unadhani ni mabadiliko gani unayohitaji kufanya ili kuzoea maisha nchini Uswidi?
- Je, unawezaje kutunza ustawi wako na kudhibiti mafadhaiko?
- Je, jamii inaonekanaje katika nchi yako ya asili? Je, ni ya kibinafsi kama ilivyo nchini Uswidi au ni ya jumuiya?

[Haki na majukumu](#)
[Jiografia na tabianchi ya Uswidi](#)

Last updated: 2024-04-09

[Scroll to top](#)